

新北市政府家庭教育中心  
109 年度「親密之旅」成長團體實施計畫

壹、計畫依據：家庭教育法第 12 條辦理。

貳、目的：透過課程，協助家人親密關係的增進與覺察，學習知道對方「愛的語言」「給他所要」「投其所好」可以「事半功倍」，進而能「有效表達感受與需求及處理衝突」，改善家人之間溝通品質，增進親密關係。

參、主辦機關單位：

一、指導單位：教育部、新北市政府教育局。

二、主辦單位：新北市政府家庭教育中心。

三、承辦單位：新北市國小暨國高中。

肆、計畫期程：109 年 8-12 月辦理完成。

伍、參加對象：學生家長或其主要照顧者、民眾。

陸、辦理地點：申請學校校內辦理。

柒、計畫內容：

一、辦理日期：預計 8-12 月辦理 1 梯次連續 6 場次，每場次 2.5 小時連續性成長團體課程。

二、講座單元名稱及內容簡介：以「親密之旅」手冊為主要參考教材，內容包括溝通彼此對關係的期待、溝通與衝突解決、5 種愛之語、關係的檢測與修補等。

場次	課程內容
一	1. 愛的探索 2. 智慧存款：了解愛的語言，建立愛的帳戶
二	3. 了解差異與衝突 4. 和諧的性別關係
三	5. 原生家庭對人格和親密關係的影響 6. 四種依附型態與親密關係
四	7. 情感智慧 8. 情緒調節的「五大要訣」
五	9. 關係修復的十大步驟 10. 尋求雙贏，發展健全的真我
六	11. 學習饒恕 12. 愛的行動

三、課程講師：新北市政府家庭教育中心婚姻教育帶領志工/親密之旅進階帶領人。

四、招生：

由申請補助之學校自行辦理招生，學員不限校內家長，參與人數 15-25 人，偏遠地區及其他特殊情形，得視實際情況酌減名額。

五、承辦學校應依活動行程表執行計畫，若因故須變更辦理時間，應於事前函知本中心同意後執行。

六、本中心就活動之辦理情形，負有督導之責，並得視需要依提報之活動計畫派員實地了解活動辦理成效。

捌、預期效益：

一、 辦理 1 梯次，共 6 場次，約 150 人受惠。

二、 透過課程協助家庭成員在關係中建立相互尊重、用心經營的態度，增進親密關係，進而建立幸福婚姻與家庭。

玖、獎勵

承辦學校相關承辦人員依據「新北市政府所屬各級學校及幼兒園辦理教師敘獎處理原則」附表第 4 條第 2 款，執行專案計畫績效優良，主要策劃執行人員嘉獎 2 次、餘協辦及督辦 3 人依功績程度嘉獎 1 次。